



# Plie rouge/Sole

*Pseudopleuronectes americanus*

La plie est pêchée dans les eaux froides de l'Atlantique Nord-Ouest et du golfe du Saint-Laurent, des baies côtières aux grands fonds. La plie est disponible sous différentes formes de produits. Elle a une texture et a une saveur délicate avec une légère note sucrée. La saveur douce de ce poisson le rend incroyablement polyvalent. La plie est vendue en entier ou en filets fins et généralement sans la peau, bien que la peau soit comestible. La plie entière peut être cuite à la vapeur ou rôtie. De plus, elle a une saveur délicieuse si vous la faites sauter avec un enrobage de farine. La saison des récoltes varie selon les espèces, mais tous les produits sont disponibles à l'année.

## Durabilité et Certifications

La limande à queue jaune est certifiée selon la norme du Marine Stewardship Council (MSC) et la plie canadienne fait partie des Projets d'Amélioration des Pêcheries (Fishery Improvement Projects-FIP). D'autres espèces sont récoltées en vertu de la réglementation canadienne sur la gestion des pêches, dont beaucoup font partie du Plan fédéral de gestion intégrée des pêches (PGIP). Tous les exportateurs sont certifiés par l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA).



## Formes du produit

Frais : entier, HOG (éviscéré avec tête), H&G (éviscéré sans tête), filet

Congelé : entier, HOG (éviscéré avec tête), H&G (éviscéré sans tête), filet

SEM : entier, H&G (éviscéré sans tête)